WYBRANE ZACHOWANIA ZDROWOTNE WŚRÓD STUDENTÓW I ROKU PIELĘGNIARSTWA I RATOWNICTWA UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO WE WROCŁAWIU

SELECTED HEALTH BEHAVIOURS AMONG THE FIRST-YEAR STUDENTS OF NURSERING AND MEDICAL EMERGENCY OF THE WROCLAW MEDICAL UNIVERSITY

Wiesława Bogdan[1], Danuta Witko[1], Iwona Pilarczyk-Wróblewska[2], Krzysztof Bogdan[3]

[1] Zakład Nauki Zawodu, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
[2] Katedra Pediatrii Społecznej, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
[3] Katedra i Klinika Chirurgii Urazowej i Chirurgii Ręki, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

STRESZCZENIE

Wstęp. Na zachowania zdrowotne młodzieży akademickiej składają się trzy elementy: styl życia, codzienna aktywność ruchowa oraz nawyki żywieniowe. Zachowania prozdrowotne, takie jak odżywianie, zachowanie prawidłowej masy ciała, aktywność fizyczna, niepalenie papierosów mają udowodniony pozytywny wpływ na stan zdrowia oraz jakość i długość życia.
Cel. Celem pracy była analiza wybranych zachowań prozdrowotnych w środowisku młodzieży akademickiej Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego.
Materiał i metody. Badania zostały przeprowadzone w 2013 roku wśród studentów pielęgniarstwa i ratownictwa Uniwersytetu Medycznego metodą sondażu diagnostycznego. Średnia wieku badanych to 19–24 lata. W badaniu uczestniczyło 98 studentów.
Wyniki i wnioski. Przeprowadzone badania i analiza ich wyników pozwalają stwierdzić, że badana grupa studentów wykazała się dobrą znajomością zasad prawidłowego odżywiania, ale ponad połowa badanych (52%) nie stosuje zaleceń dietetycznych na co dzień. Zadowalający jest fakt, że w obu badanych grupach stwierdzono utrzymywanie prawidłowej masy ciała w większości przypadków (ok. 90%). Niepokój może budzić zbyt mała aktywność ruchowa szczególnie na kierunku pielęgniarstwo. Kolejnym znaczącym czynnikiem niekorzystnym dla zdrowia jest palenie papierosów przez 21% badanych, szczególnie, że dotyczy to studentów uczelni medycznej, gdzie świadomość szkodliwości tego nałogu powinna być zdecydowanie większa.

SŁOWA KLUCZOWE: zachowania zdrowotne, studenci, styl życia.

ABSTRACT

Introduction. The health behaviour of students consists of three elements: a lifestyle, daily physical activity and eating habits. Pro-health behaviour such as a diet, the maintenance of regular body weight, physical activity, not smoking have a positive proven influence on health, the quality and length of life.
Aim. The aim of this study was to analyze selected health behaviour of students of the Faculty of Health Science of the Wroclaw Medical University.
Material and methods. The research was conducted in 2013 among the students of Nursing and Medical Emergency of the Medical University by a diagnostic poll method. The average age of the respondents was from 19 to 24 years. The survey involved 98 students.
Results and conclusions. The survey and the analysis of the results let us to conclude that the experimental group of students have a good knowledge of proper nutrition rules, but more than half of the respondents (52%) do not follow the dietary guidelines every day. Satisfactory is the fact that in both groups regular body weight was found in most cases (about90%). The anxiety can be caused by a low level of physical activity at the Department of Nursing. Another significant factor which is harmful to health is smoking, found in 21% of the respondents, which is really inappropriate especially when it concerns medical university students, among whom the awereness of the deletrious effects of smoking should be much greater.

KEYWORDS: health behaviour, students, a lifestyle.

Wstęp

Na zachowania zdrowotne młodzieży akademickiej składają się trzy elementy: styl życia, codzienna aktywność ruchowa oraz nawyki żywieniowe. Wśród zachowań zdrowotnych określanych jako postępowanie, działania, które bezpośrednio lub pośrednio wpływają na zdrowie i samopoczucie człowieka wyróżniamy sprzyjające zdrowiu oraz mu zagrażające. Zachowania prozdrowotne, takie jak prawidłowe odżywianie, zachowanie prawidłowej masy ciała, umiarkowana aktywność fizyczna, niepalenie papierosów i ograniczenie spożycia alkoholu mają udowodniony pozytywny wpływ na stan

zdrowia oraz jakość i długość życia. Sposób żywienia i aktywność fizyczna to najważniejsze elementy stylu życia. Odżywianie, a więc jakość spożywanych posiłków i ich ilość w ciągu doby, stanowi o optymalizacji wydolności psychicznej i stanie zdrowia człowieka. Wadliwa dieta jest czynnikiem etiopatogenezy wielu tzw. metabolicznych schorzeń cywilizacyjnych. Prawidłowe żywienie jest jednym z podstawowych czynników środowiskowych, wpływających na optymalny rozwój oraz utrzymanie dobrego stanu zdrowia człowieka [1].

W opinii licznych autorów publikacji, wśród młodzieży akademickiej zaznacza się obniżenie aktywności ruchowej, a w związku z tym również pogorszenie sprawności fizycznej, nie bez znaczenia są także często występujące zachowania ryzykowne, takie jak palenie tytoniu czy nadużywanie alkoholu. Palenie papierosów stanowi dominujący czynnik zagrożenia zdrowia i życia człowieka. To jeden ze sposobów redukowania napięcia oraz form relaksu, ale jednocześnie to czynnik ryzyka chorób układu krążenia i oddechowego oraz nowotworów [2].

Celem pracy była analiza wybranych zachowań zdrowotnych (odżywianie, aktywność fizyczna, palenie tytoniu) w środowisku młodzieży akademickiej Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

Materiał i metodyka

Badanie przeprowadzono w 2013 roku, metodą sondażu diagnostycznego w grupie studentów pierwszego roku studiów stacjonarnych Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu na kierunkach: pielęgniarstwo i ratownictwo. Omawiana grupa obejmowała 98 osób w przedziale wiekowym 19–24 lata.

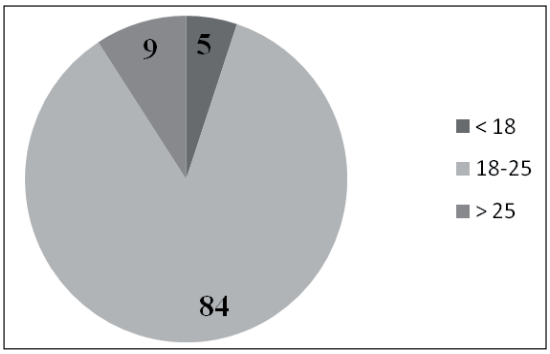
W badaniu posługiwano się ankietą zawierającą pytania dotyczące aktywności ruchowej, nawyków żywieniowych i stylu życia oraz dane dotyczące pomiarów wagi ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego i tętna. W dniu przeprowadzania sondażu diagnostycznego dokonano pomiaru masy ciała i wzrostu na takiej samej dla wszystkich ankietowanych wadze lekarskiej. Pomiar wagi ciała i wzrostu niezbędny był do obliczenia wskaźnika BMI (ang. Body Mass Index), który pomógł określić niedowagę, nadwagę i otyłość wśród badanych. Według WHO prawidłową masę ciała określa się jako prawidłową, gdy wartość BMI jest w przedziale 18,5–25, powyżej jest nadwaga, poniżej niedowaga.

Ponadto u wszystkich badanych studentów dokonano pomiarów ciśnienia tętniczego i tętna. Badania przeprowadzili autorzy artykułu, towarzysząc ankietowanym i odpowiadając na ich pytania podczas wypełniania formularza.

Wyniki

Na podstawie przeprowadzonego badania pomiaru ciśnienia tętniczego stwierdzono prawidłowe wartości adekwatne do wieku studentów, czyli skurczowe do 139 mmHg, a rozkurczowe do 89 mmHg. Tętno w 65 przypadkach było w normie, natomiast lekko przyśpieszone, czyli powyżej 80 uderzeń u 33 osób.

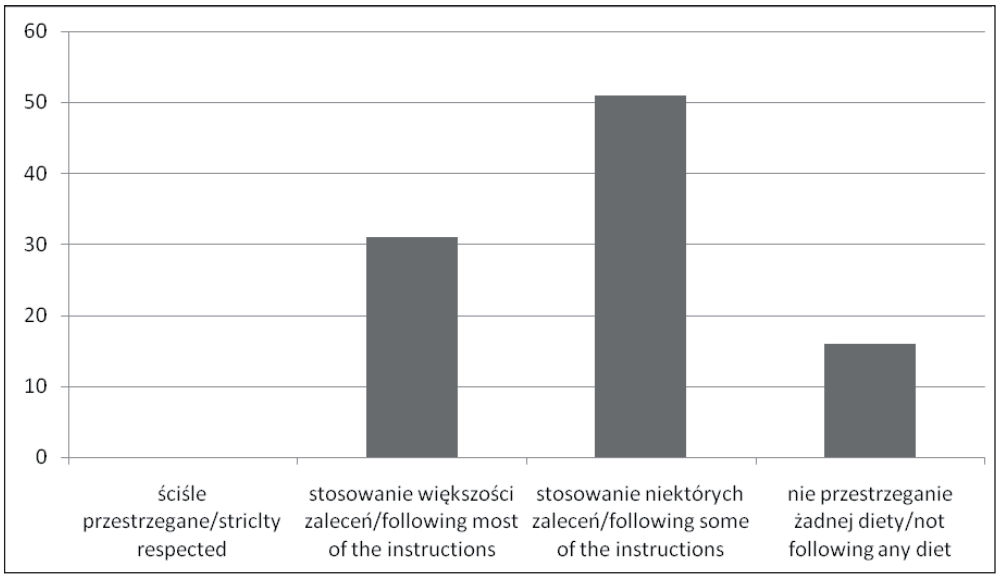
Po badaniu wagi ciała i wzrostu oraz obliczonego wskaźnika BMI wśród studentów ratownictwa stwierdzono prawidłową wagę ciała w 81,6% przypadków, niedowagę posiadało tylko 5,2%, a nadwagę 13,2% studentów. Podobnie kształtowały się wyniki wśród studentów pielęgniarstwa: prawidłową masę ciała posiadało 88,3 %, niedowagę 5%, a nadwagę 6,7% przypadków. Wskaźnik BMI dla całej grupy studentów przedstawia **rycina 1**.



Rycina 1. Wskaźnik BMI wśród studentów
Figure 1. BMI rate among students
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis

Jeśli chodzi o stosowanie zaleceń dietetycznych, to zarówno w grupie studentów ratownictwa jak i pielęgniarstwa nikt nie przestrzegał ściśle zaleceń dietetycznych na co dzień. Większość zaleceń stosowali studenci ratownictwa (39,5%), a studenci pielęgniarstwa w 26,7% przypadków. Natomiast niektóre zalecenia dietetyczne stosowali w 47,4% studenci ratownictwa i 55% pielęgniarstwa, tylko 13% studentów ratownictwa nie przestrzegało żadnych zaleceń. Studenci z pielęgniarstwa w 55% przypadków nie stosowali żadnych zaleceń dietetycznych na co dzień. Stosowanie zaleceń dietetycznych w praktyce wśród studenów przedstawia **rycina 2**.

Na pytanie dotyczące uprawiania aktywności fizycznej odpowiedzi przedstawiały się następująco: Studenci ratownictwa uprawiali aktywność na co dzień w 63,1%, sporadycznie w 31,6% i nie uprawiało aktywności fizycznej 5,3% przypadków. Studenci pielęgniarstwa uprawiali aktywność fizyczną w 11,7%, nie uprawiali żadnej formy ruchu w 26,7% i sporadycznie uprawiali ruchowe formy w 61,6% przypadków. Wyniki przedstawia **tabela 1**.



Rycina 2. Stosowanie zaleceń dietetycznych w praktyce wśród studentów
Figure 2. Following dietary guidelines in practice among students
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis

Tabela 1. Wybrane czynniki zachowań prozdrowotnych wśród studentów.
Table 1. Chosen factors of pro-health student's behaviour

Czynniki zachowań prozdrowotnych *The factors of pro-health behaviour*	Wartości *Values*	Studenci/*Students*			
		Ratownictwo *Medical emergency* 38 osób/*people*		Pielęgniarstwo *Nursering* 60 osób/*people*	
		N	[%]	n	[%]
BMI	< 18	2	5,2	3	5
	18–25	31	81,6	53	88,3
	> 25	5	13,2	4	6,7
Stosowanie zaleceń dietetycznych *Following dietary guidelines*	Tak, ściśle *Yes, precisely*	0	0	0	0
	Tak, większość *Yes, majority*	15	39,5	16	26,7
	Tak, niektóre *Yes, some*	18	47,4	33	55
	Nie przestrzega *Do not use*	5	13,1	11	18,3
Uprawianie aktywności fizycznej *Physical activity*	Tak/*Yes*	24	63,1	7	11,7
	Nie/*No*	2	5,3	16	26,7
	Sporadycznie *Occasionally*	12	31,6	37	61,6

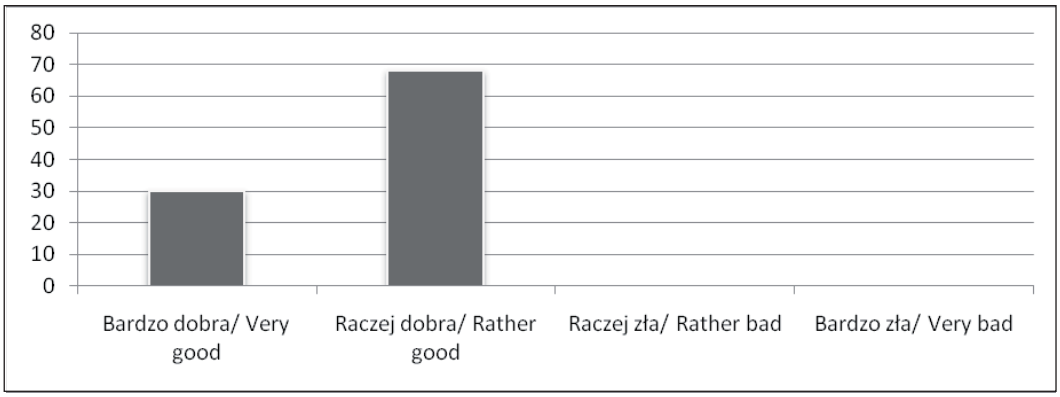
Legenda: n – liczba studentów BMI – wskaźnik oceny wagi ciała
Legend: n – number of students BMI – body mass index
Źródło: opracowanie własne.
Source: author's own analysis.

Na pytanie o ocenę swojego zdrowia, studenci ratownictwa w 60% odpowiedzi raczej dobrze ocenili swoje zdrowie, a w około 40% bardzo dobrze. Podobnie jest też w grupie studentów pielęgniarstwa, czyli 75% ocenia raczej dobrze, a 25% bardzo dobrze. W obu badanych grupach nie było innych propozycji odpowiedzi.

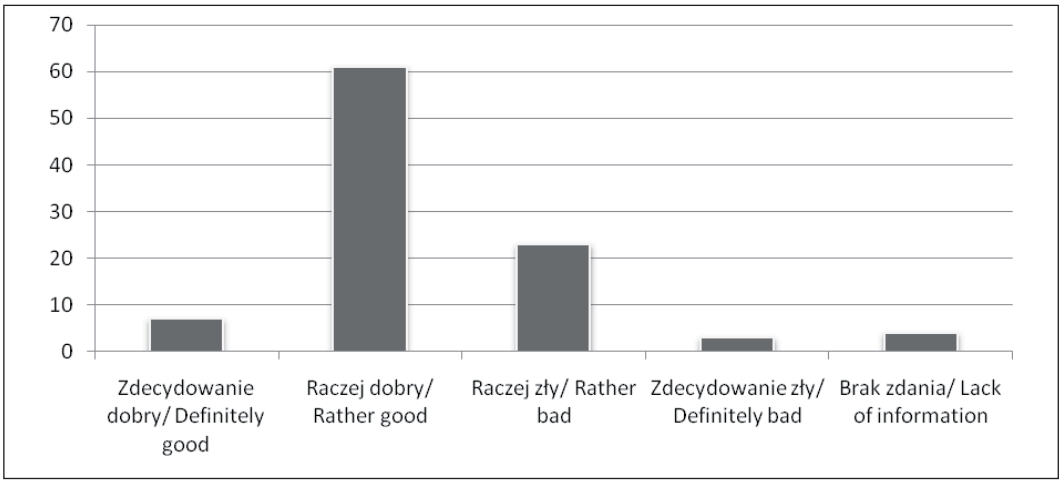
Analizując grupę jako całość sumarycznie to wynika, że 68 osób ankietowanych oceniało zdrowie raczej dobrze, a 30 osób oceniało bardzo dobrze (**Rycina 3**).

Na pytanie dotyczące stylu życia i jego ocenę, najczęściej studenci wybierali odpowiedź: raczej dobry styl życia (ok. 60%), następnie raczej zły (ok. 23%). Niewiele odpowiedzi padło na zdecydowanie dobry (ok. 8%), zdecydowanie zły (ok. 3%) oraz brak zdania (ok. 2%). Wyniki przedstawia **rycina 4**.

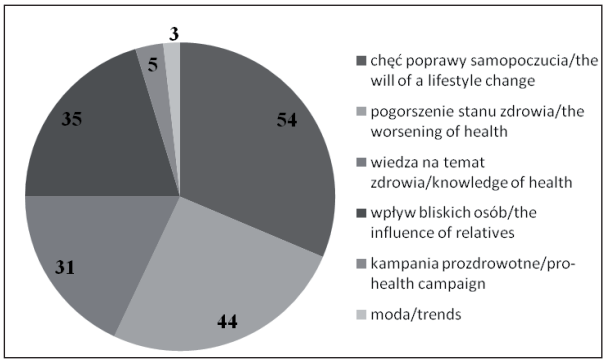
Jeśli chodzi o pytanie dotyczące przyczyn poprawy stylu życia na lepszy przy dopuszczalnych 2 odpowiedziach, najwięcej podano, iż chęć poprawy samopoczucia mogłaby być przyczyną zmiany stylu życia (54 odp.), na 2 miejscu pogorszenie stanu zdrowia (44 odp.), następnie wpływ bliskich osób (35 odp.), podobnie wiedza na temat zdrowia (31 odp.) i niewiele odpowiedzi padło na kampanie prozdrowotne i modę (**Rycina 5**).



Rycina 3. Odpowiedzi wszystkich studentów nt. oceny swojego zdrowia
Figure 3. Students' responses to their own health evaluation
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis.



Rycina 4. Odpowiedzi studentów nt. oceny stylu życia
Figure 4. Students' responses to their own lifestyle evaluation
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis.



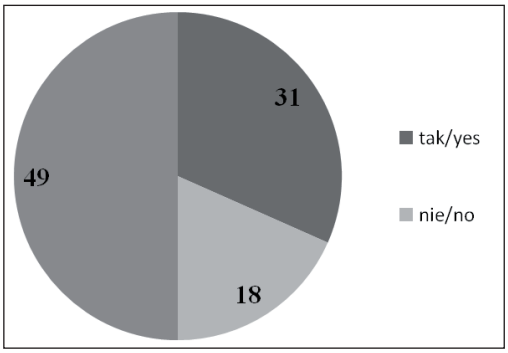
Rycina 5. Przyczyny zmiany stylu życia (dopuszczalne 2 odpowiedzi)
Figure 5. Reasons for lifestyle change (2 answers possible)
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis.

Kolejne pytanie dotyczyło znajomości zasad racjonalnego odżywiania. Studenci podają, że znają te zasady (98% badanych). Stosowanie zaleceń dietetycznych w praktyce – na to pytanie udzielono następujących odpowiedzi: ściśle przestrzega tych zaleceń 0%, stosuje większość zaleceń 32%, stosuje niektóre zalecenia 52%, nie przestrzega żadnej diety 16%.

W pytaniu ,,Jak oceniasz zalecenia dietetyczne?" (można było wybrać maksymalnie dwie propozycje), studenci odpowiedzieli, że zalecenia te pozwalają uniknąć problemów zdrowotnych – 63 osoby, stanowią ważny element wiedzy o zdrowiu – 53 osoby, pozwalają zachować dobry stan zdrowia i prawidłową masę ciała – 31 odpowiedzi, ograniczają swobodę jednostki – 15

odpowiedzi, powodują stres – 10, i wymuszają dyscyplinę zdrowotną – 3 odpowiedzi.

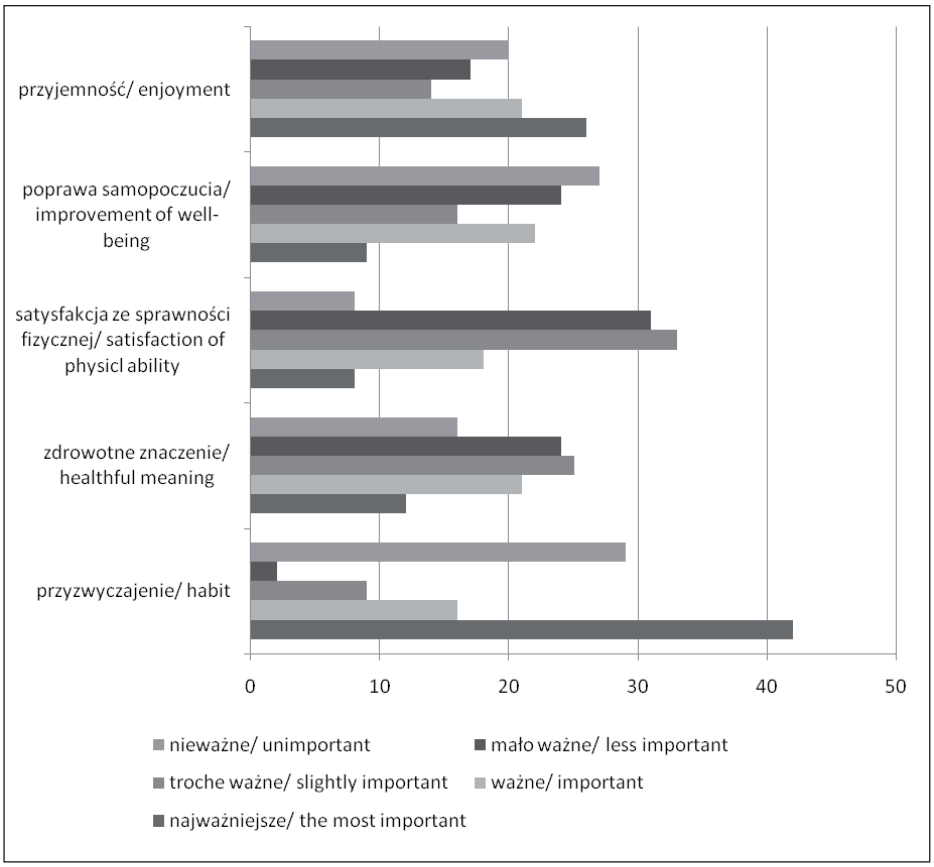
Na pytanie o uczestnictwo w formach rekreacji ruchowej respondenci odpowiedzieli, że uczestniczą w różnych formach rekreacji ruchowej – 31 osób, nie biorą udziału w aktywności fizycznej – 18 osób i sporadycznie uprawiają aktywność ruchową – aż 49 osób (**Rycina 6**).



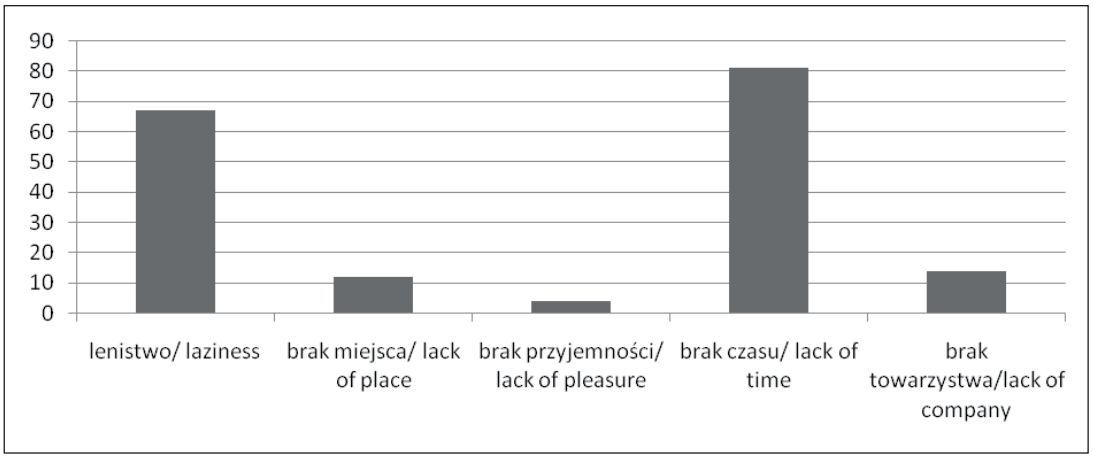
Rycina 6. Uczestnictwo studentów w formach rekreacji ruchowej
Figure 6. Students' participation in physical recreation
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis

W pytaniu o motywy uprawiania sportu rekreacyjnego podano pięć propozycji motywów uprawiania rekreacji ruchowej (**Rycina 7**). Należało również ustalić ich hierarchię ważności. Przyzwyczajenie, jako motyw, najważniejsze było dla 45 osób a nieważne dla 39 osób; znaczenie zdrowotne – wyniki rozłożyły się bardzo wyrównanie, satysfakcja ze sprawności to dla większości trochę ważne (33 osoby) i mało ważne (31 osób); poprawa samopoczucia – wyniki są prawie równo rozłożone, czyli ważne dla 22 osób, trochę ważne dla 17 osób, mało ważne dla 24 i nieważne – 27 osób. Podobne były wyniki dla motywu podanego jako przyjemność – w kolejności: najważniejsze 26 osób, ważne 21, trochę ważne 14, mało ważne 17 i nieważne 20 odpowiedzi.

W pytaniu o powody nieuprawiania rekreacji ruchowej (przy wyborze dwóch odpowiedzi) najwięcej odpowiedzi padło na brak czasu – 82 osoby i lenistwo – 68 osób, pozostałe jak brak miejsca do uprawiania (12 odpowiedzi), brak towarzystwa (14 odpowiedzi) i brak przyjemności z uprawiania aktywności fizycznej (4 odpowiedzi) rozłożyły się równomiernie (**Rycina 8**).

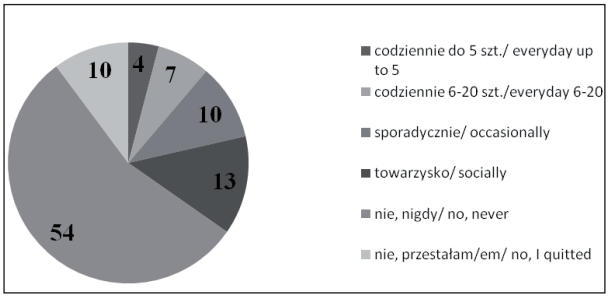


Rycina 7. Motywy uprawiania sportu rekreacyjnego wśród studentów
Figure 7. Motivators for doing recreational sports among students
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis



Rycina 8. Powody nieuprawiania rekreacji ruchowej wśród studentów
Figure 8. Reasons for not doing recreational activities among students
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis

Zadowalające jest to, że 54 osoby nigdy nie paliły, codziennie do 5 sztuk papierosów palą 4 osoby, codziennie 6–20 sztuk pali 7 osób, sporadycznie 10 osób, towarzysko 13 osób, przestało palić 10 osób (**Rycina 9**).



Rycina 9. Palenie tytoniu wśród studentów
Figure 9. The level of smoking students
Źródło: opracowanie własne
Source: author's own analysis

Omówienie i dyskusja

Zachowania sprzyjające zdrowiu, czyli prozdrowotne są tematem bardzo aktualnym i są także przedmiotem zainteresowań wielu dyscyplin naukowych. Zachowania zdrowotne o negatywnym wpływie na zdrowie i rozwój człowieka są charakterystyczne dla młodszych grup wiekowych dorosłego życia niż w późniejszym jego okresie. Stąd działania w ramach profilaktyki pierwotnej wśród młodzieży mogą mieć kluczowe znaczenie w zapobieganiu chorób wysokiego ryzyka sercowo-naczyniowego i diabetologicznego [3].

Z racji swojego przyszłego fachowego przygotowania do realizacji zadań zawodowych, grupą o szczególnym znaczeniu wśród młodych dorosłych są studenci kierunków medycznych, którzy powinni stanowić grupę z najwyższym poziomem zachowań zdrowotnych w prowadzonym przez nich stylu życia [6]. W omawianym badaniu poruszono niektóre elementy stylu życia (elementy aktywności fizycznej, odżywiania i nałóg palenia tytoniu), prowadzone wśród studentów Pielęgniarstwa i Ratownictwa. Wykazano, że studenci deklarują wysoki poziom wiedzy o zdrowiu i stylu życia (ok. 98%), jednak wiedza ta nie przekłada się na zachowania prozdrowotne, co potwierdzają też inni badacze [4]. Analiza dwóch zmiennych, czyli wiedzy i zachowań zdrowotnych, ukaże nam szerszy kontekst znaczenia postrzeganej dysproporcji pomiędzy tymi zmiennymi. W publikacjach [5] dotyczących badania grupy lekarzy zaobserwowano, że 92% uznaje styl życia jako ważny czynnik determinujący zdrowie, a pomimo to ponad połowa badanych przyznaje, że prowadzony przez nich styl życia nie sprzyja zdrowiu, podobne wyniki uzyskano w omawianym badaniu, gdzie ok. 52% badanych nie stosuje zaleceń żywieniowych na co dzień. W innych badaniach [6], porównujących sposób odżywiania lekarzy i przedstawicieli innych zawodów, stwierdzono, że styl życia lekarzy nie jest o wiele zdrowszy niż laików, pomimo iż wiadomo, że ta grupa zawodowa cechuje się lepszą wiedzą na temat zdrowego stylu życia.

Ważną częścią zachowań zdrowotnych są nawyki żywieniowe. Sposób odżywiania się społeczności studenckiej nie jest prawidłowy, co prowadzi do nadwagi i otyłości, a w dalszej perspektywie do rozwoju chorób cywilizacyjnych, np. nadciśnienia, cukrzycy [7]. W badaniach własnych (obliczenie wskaźnika BMI) nadwaga dotyczyła ok. 9% badanych studentów, czyli stanowi stosunkowo niewielki odsetek w porównaniu z innymi badaniami. W grupie badanych studentów ze Śląska odsetek ten to 22%, a studentów Collegium Uniwersytetu Jagiellońskiego nieco niższy odsetek, bo ok. 13% [8].

Przeprowadzone wśród studentów badania amerykańskie ukazują, że nadwaga w Stanach Zjednoczonych dotyczy sporego odsetka badanych ok. 26%.

Analizując styl życia i zachowania zdrowotne, nie sposób nie wspomnieć o badanej w niniejszej pracy aktywności fizycznej. Uważa się, że to w ok. 25% najważniejsza część zachowań służących zdrowiu [6]. W omawianym badaniu własnym aktywność ruchową można określić jako średnio zadowalającą, ponieważ ok. 30% badanych uczestniczy w różnych formach aktywności, co ma odniesienie do podobnych wyników uzyskanych przez innych badaczy [7, 9] – według nich kilka razy w tygodniu ćwiczy 42% badanych studentów. Głównymi powodami nieuprawiania aktywności fizycznej, według respondentów w badanej pracy, jest lenistwo i brak czasu.

Ważnymi czynnikami determinującymi styl życia są również nałogi, w tym palenie tytoniu. Rozpowszechnienie palenia papierosów wśród studentów jest bardzo zróżnicowane. Niektóre badania są optymistyczne podając niewielką liczbę palących studentów, inne mniej optymistyczne. Badania w omawianej pracy i innych badaczy są tego przykładem. W badanej grupie studentów ok. 54% stanowiły osoby niepalące obecnie i w przeszłości, a czynni palacze stanowili ok. 21%, co ma potwierdzenie w grupie badanych studentów lubelskich uczelni [10, 11]. Wyniki tych badań są spójne z wynikami innych badaczy na temat nałogu palenia papierosów wśród studentów uczelni medycznych: ok. 23% studentów Wydziału Farmaceutycznego w Łodzi przyznaje się do palenia. Wyniki te są zbliżone także do wyników badań prowadzonych wśród studentów WNoZ w Poznaniu [11].

Z badań wynika, że palenie tytoniu nie cieszy się wśród badanych dużą popularnością, a studenci kierunków medycznych powinni być grupą świadomą i zdającą sobie sprawę z negatywnego wpływu na zdrowie [11].

Reasumując, należy stwierdzić, że młodzież studiująca zalicza się do grupy osób podlegających socjalizacji edukacyjnej. Okres studiów może znacząco wpływać na zachowania w kontekście zdrowia. Wiąże się to z warunkami życia studenckiego, takimi jak tygodniowy i semestralny rytm pracy, egzaminy, kolokwia, relacje z rówieśnikami i pracownikami uczelni, a także życie prywatne. Przypuszcza się, że zmiana zachowań prozdrowotnych jest możliwa [12].

Wnioski

Przeprowadzone badania i analiza ich wyników pozwalają stwierdzić, że:

1. Badana grupa studentów pielęgniarstwa i ratownictwa wykazała dobrą znajomość zasad prawidłowego odżywiania, ale połowa studentów (ok. 52%) nie stosuje ściśle zaleceń dietetycznych na co dzień.
2. W obu badanych grupach stwierdzono utrzymywanie prawidłowej masy ciała (wartości prawidłowe wskaźnika BMI w granicach normy u ok. 90% studentów) .
3. Niepokój może budzić zbyt mała aktywność (ok. 30%) w różnych formach rekreacji ruchowej, szczególnie na kierunku Pielęgniarstwo.
4. Kolejnym znaczącym czynnikiem niekorzystnym z punktu widzenia prozdrowotnego stylu życia jest palenie papierosów przez 21% badanych, szczególnie, że dotyczy to studentów uczelni medycznej, gdzie świadomość szkodliwości tego nałogu powinna być zdecydowanie większa.

Piśmiennictwo

1. Tuszyńska-Bogucka V. Styl życia a zdrowie. Lublin: Wyd. Czelej; 2005. 11–12.
2. Mojs E, Cybulski M, Strzelecki W. Motywy palenia wśród studentów poznańskich wyższych uczelni. Analiza porównawcza. Przegl Lek. 2008; 65(10): 560–561.
3. Ślusarska B, Kulik TB, Piasecka H, Pacian A. Wiedza i zachowania zdrowotne studentów medycyny w zakresie czynników ryzyka sercowo-naczyniowego. Medycyna Ogólna i Nauk o Zdrowiu. 2012; 18 (1): 19–26.
4. Zarzeczna-Baran M, Wojdak-Haasa E. Wiedza studentów akademii medycznej w Gdańsku o niektórych elementach stylu życia. Probl Hig Epidemiol. 2007; 88(1): 55–59.
5. Lewtak K. Zachowania zdrowotne lekarzy rodzinnych w relacji do samooceny ich zdrowia. Zdr Publ. 2008; 118(1): 8–14.
6. Cymerys M, Andrzejewska M, Nowicki M, Kałos U, Klimczak M. Nawyki żywieniowe lekarzy oraz osób z wyższym wykształceniem niemedycznym – analiza porównawcza. Endokrynol Otyłość. 2009; 5(3): 141–142.
7. Bajerska-Jarzębowska J, Jeszka J, Człapka-Matyasik M, Zielke M. Sposób żywienia, parametry antropometryczne stanu odżywienia i wydolność fizyczna wybranej grupy studentów. Żywność. Nauka. Technologia. Jakość. 2004; 3(40): 83–86.
8. Kolarczyk E, Kwiatkowski J, Lang-Młynarska D. Nutritional model and nutritional behaviors depending on BMI value among students of the Collegium Medium of Jagiellonian University in Cracow. Przegl Lek. 2003; 60(6): 43–47.
9. Krzych Ł. Analiza stylu życia studentów Śląskiej Akademii Medycznej. Zdr Publ. 2004; 114(1): 67–70.
10. Stan zdrowia ludności Polski w przekroju terytorialnym w 2004 r. Publikacja GUS, http:/www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/PUBL_stan_zdrowia_2004_teryt.pdf (data dostępu 15.06.2014).
11. Rasińska R, Nowakowska I. Palenie tytoniu wśród studentów – porównanie badań własnych z literaturowymi. Przegl Lek. 2012; 69 (10): 888–892.
12. Binkowska-Bury M, Marć M, Januszewicz P. Wiedza o zdrowiu a zachowania ryzykowne w środowisku młodzieży akademickiej. Medycyna Ogólna. 2010; 16(XLV),1: 100–112.

Artykuł przyjęty do redakcji: 27.06.2014
Artykuł przyjęty do publikacji: 30.08.2014

Źródło finansowania: Praca nie jest finansowana z żadnego źródła.
Konflikt interesów: Autorzy deklarują brak konfliktu interesów.

Adres do korespondencji:
Wiesława Bogdan
ul. Na Polance 10c/7
51-109 Wrocław
tel. 662 067 779
e-mail: wieslawa.bogdan@umed.wroc.pl
Zakład Nauki Zawodu
Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu